

PERMAINAN TRADISIOANAL

A. Sasaran Belajar

1. Sebagai wahana pendidikan
2. Per. tradisional sebagai bahan ajar Penjas

3. Mengubah permainan tradisional
suatu daerah shg mudah
dilakukan dan disenangi oleh anak
daerah lain

Permainan tradisional merupakan permainan yang telah dimainkan oleh anak-anak pada suatu daerah secara tradisi

Yang dimaksud secara tradisi ialah permainan itu telah diwarisi dari generasi yang satu ke generasi berikutnya

Pengertian olahraga tradisional

Olahraga tradisional harus memenuhi

Persyaratan:

1. Olahraga
2. Tradisional, baik memiliki tradisi yang telah berkembang selama beberapa generasi maupun tradisi budaya suatu bangsa secara lebih luas

Persyaratan teknik dalam olahraga tradisional

1. Kekuatan tubuh
2. Kelenturan tubuh
3. Kecepatan gerak
4. Kecepatan reaksi (kecepatan dan ketepatannya)

Klasifikasi olahraga tradisional di Indonesia

1. Olahraga untuk seorang diri, contoh olahraga loncat batu di P Nias
2. Olahraga berpasangan/berlawanan, contoh pencak silat
3. Olahraga pacu, contoh karapan sapi
4. Olahraga tanding beregu, contoh sepak raga dari Sul- Sel
5. Olahraga kelompok bergilir, contoh sondah mandah

Nilai budaya yang terkandung dalam OR Tradisional

1. Penghargaan mencapai prestasi yang unggul
2. Penghargaan prestasi orang lain
3. Ikatan kelompok
4. Relgiusitas dan lain-lain

Pengembangan olahraga tradisional dapat ditempuh melalui:

1. Dengan cara stimulan
2. Dengan cara memusatkan perhatian pada aspek keolahragaan

Pentingnya olahraga tradisional dan kebudayaan

OR Tradisional perlu dikembangkan demi ketahanan budaya bangsa

Merupakan nilai-nilai luhur untuk diketahui dan dihayati

OR Tradisional perlu dilindungi, dibina, dikembangkan, diberdayakan, yang selanjutnya diwariskan

Menyusun muatan lokal yang benar-benar berbasis pada budaya lokal yang terarah dan terpadu

Kebudayaan adalah sebuah keutuhan yang di dalamnya terkandung unsur-unsur yang disenangi dan yang tidak disenangi

Tidak disenangi

1. Peruntukannya terbatas
2. Tingkat kesulitannya cukup tinggi
3. Bahan dan peralatannya sulit didapat
4. Ketinggalan zaman

Permainan dan olahraga tradisional

Permainan dibagi menjadi 2, yaitu:

1. Permainan untuk bermain (play)
 - a. Mengisi waktu luang
 - b. Bersifat hiburan
 - c. Pada umumnya dilakukan oleh anak-anak

2. Permainan untuk bertanding dibagi menjadi empat, yaitu:

- a. Permainan yang memerlukan kekuatan/keterampilan fisik, contoh Egrang
- b. Permainan yang memerlukan suatu siasat, contoh Dakon
- c. Permainan yang memerlukan kekuatan fisik dan siasat, contoh Gobak sodor
- d. Permainan yang bersifat untung-untungan, contoh Karapan sapi

TUGAS PERMAINAN TRADISIONAL

- A. Sejarah permainan tradisional
- B. Tujuan
- C. Manfaat
- D. Sasaran
- E. Peraturan dan permainan
 - 1. Lapangan dan peralatan
 - a. Lapangan
 - b. Peralatan

2. Pemain

3. Lama permainan

4. Pemenang

5. Jalannya Permainan

6. Jenis permainan dan penilaian

7. Wasit

8. Sumber

Macam Permainan

1. Permainan yg diciptakan anak itu sendiri
Misalnya: berlari-lari, meloncat-loncat, merangkak, dll.
2. Permainan yang diciptakan oleh orang tua, adalah peranan permainan dlm usaha pendidikan yg dpt membantu dlm perkembangan dan pertumbuhan, seperti:

a. Perkembangan dan pertumbuhan jasmani

- 1) Dorongan yg diperlukan utk pertumbuhan
- 2) Ada dinamik utk berdiri dan bergerak
- 3) Ada dinamik utk macam-macam ekspresi
- 4) Ada kesegaran jasmani
- 5) Ada kebiasaan hidup sehat

b. Perkembangan jiwa

Pengaruh langsung permainan adalah pada jasmani, maka perbaikan jasmani akan menjadikan perbaikan pada jiwa

c. Perkembangan kepribadian

permainan akan melupakan diri sendiri karena adanya tugas mengontrol diri, disiplin dll

d. Perkembangan rasa keindahan

Permainan yang dilakukan dengan teknik dan taktik yang baik dapat dinikmati oleh yang melihat, misalnya senam irama, sepakbola, dll.

e. Perkembangan kesadaran sosial

Manusia terdiri atas jiwa dan raga, dan merupakan makhluk sosial. Di dalam bermain, seseorang membutuhkan orang lain utk bermainan

f. Mendorong hidup keagamaan dan kebaktian

Pendidikan jasmani bukan merupakan suatu cara kebaktian, akan tetapi memberikan syarat bagi kesehatan badan. Selain itu, permainan diperlukan utk hidup bermoral atau berkesusilaan

g. Kesenangan dalam kerja

Badan yang sehat merupakan syarat untuk bekerja dengan baik

Golongan dan maksud yang terkandung dalam permainan

1. Permainan menirukan suatu perbuatan, misalnya berjual-jualan, membuat rumah dari batu
2. Permainan untuk melatih kekuatan dan kecakapan, misalnya tarik- menarik, berguling, bergulat, berkejar-kejaran

3. Permainan untuk melatih pancaindera, misalnya gateng, dakon
4. Permainan untuk melatih berbahasa, misalnya dongeng, menceritakan pengalamannya

5. Permainan dengan lagu dan gerak irama

- a. Permainan yg semata-mata lagu yang menjadi pokok
- b. Lagu yang disertai permainan
 - 1) Lagu menjadi pengantar suatu permainan
 - 2) lagu sebagai pengiring tari atau gerak berirama
 - 3) Lagu yang bersifat undian
 - 4) Lagu yg bersifat semacam teka-teki

Manfaat Permainan Tradisional

1. Jasmani (tubuh)

Badan menjadi sehat dan kuat, dapat menghilangkan kekakuan badan, seluruh pancainderanya dapat dipergunakan dengan baik, lancar, dan cekatan

2. Rohani

Tumbuhnya ketajaman berpikir, kehalusan rasa serta kekuatan kemauan, disiplin, tertib, membiasakan bersikap waspada, membiasakan berpikir riil dan menghilangkan rasa segan atau mudah putus asa

Nilai Permainan Tradisional

Menurut Dharmamulya

Rasa senang, rasa bebas, rasa berteman,

Rasa demokrasi, belajar memimpin

kelompok, tanggung jawab, patuh

terhadap peraturan, melatih menghitung,

melatih jujur dan sportif, melatih sopan

santun, dll.

Menurut Menpora (1989: 7-8)

Unsur-unsur yang terkandung dalam Permainan tradisional adalah ketangkasan, kecepatan, ketepatan, kecermatan, kejujuran, dan kerja sama

Sasaran Permainan Tradisional

1. Sasaran jasmani atau fisik
 - a. Peningkatan kekuatan otot
 - b. Daya tahan otot setempat
 - c. Daya tahan kardiovaskuler
 - d. Kelentukan
 - e. Kemampuan gerak

2. Sasaran psikis atau mental

Anak dapat mengembangkan kreativitasnya, dalam arti berlatih berpikir mengambil keputusan dengan cepat dan tepat

3. Sasaran sosial

Di dalam bermain terjadi interaksi aktif, suasana seperti ini membantu menciptakan dan mengembangkan rasa sosial

4. Sasaran rasa ketuhanan

Dalam bermain anak akan merasakan keagungan terhadap Tuhan. Apabila akan bermain orang berdoa singkat terlebih dahulu

Permainan tradisional yang dapat digunakan bahan ajar dilihat dari sudut pendidikan

1. Mudah dimainkan
2. Sedikit faktor bahayanya
3. Dapat dipertanggungjawabkan dari segi kesehatan
4. Guru mampu memodifikasi, sehingga dapat dijadikan bahan ajar pendidikan jasmani

A. Peran Olahraga Tradisional dalam
Kepariwisataaan di Indonesia

B. Pembinaan dan Sosialisasi

1. Jalur pendidikan, baik formal
maupun informal
2. Media massa